

Research Paper

The Role of Rumination and Psychological Hardiness in Predicting High Risk Behaviors in Students



Azam Rahbarian^{*1}, Hamed Salehi², Majid Gharibdoust³, Hossein Mahmoudi⁴

1. M.A. Student of General Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran

2. M.A. in Preschool Education, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

3. M.A. in Positive Islamic Psychology, Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

4. M.A. in Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Ferdowsi University of Mashhad, Iran

Citation: Rahbarian A, Salehi H, Gharibdoust M, Mahmoudi H. The role of rumination and psychological hardiness in predicting high risk behaviors in students. Quarterly Journal of Child Mental Health. 2020; 7(2): 31-40.

 <http://dx.doi.org/10.29252/jcmh.7.2.4>

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Rumination,
psychological hardiness,
high-risk behaviors

Background and Purpose: Whereas high-risk behaviors result in serious individual and social damages, identifying these behaviors and factors influencing them is highly important. In this regard, during the recent years, thinking patterns of the way these behaviors shape and persist has been investigated by the psychologists and clinicians. Therefore, the present study was conducted to investigate the role of rumination and psychological hardiness in predicting high-risk behaviors of adolescents.

Method: The present research was a descriptive correlational study. The study population included all the male students studying at the first cycle of secondary school at Sarayan city in the academic year of 2019-2020, among which 205 students were selected as the sample group through convenience sampling. Ruminative Responses Scale (Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991), Psychological Hardiness Questionnaire (Kiamarie et al., 1998) and Risky Behavior Questionnaire (Mohammadi et al., 2011) were used to gather the required data. Data were analyzed by the statistical methods of mean, standard deviation, Pearson correlation coefficient, and simultaneous multiple regression.

Results: Results showed that there was a significant positive relationship between rumination and high-risk behaviors ($P < 0.001$), while psychological hardiness and its components had a significant negative relationship with high-risk behaviors ($P < 0.001$). Additionally, rumination and psychological hardiness explained 26.6% of adolescent high-risk behaviors variance ($P < 0.01$).

Conclusion: Based on the results of this research, it can be concluded that reducing the subjective interpretations and modifying the psychological indicators like resilience can reduce the adolescent risky behaviors.

Received: 19 Mar 2020

Accepted: 20 Jun 2020

Available: 9 Sep 2020

* **Corresponding author:** Azam Rahbarian, M.A. Student in General Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.
E-mail addresses: Aezamrahbarian@gmail.com

مقاله پژوهشی

نقش نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی در پیش‌بینی خطرپذیری دانش‌آموزان

اعظم رهبریان^{۱*}، حامد صالحی^۲، مجید غریب دوست^۳، حسین محمودی^۴

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران

۲. کارشناسی ارشد پیش از دبستان، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی مثبت‌گرا اسلامی، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۴. کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد، ایران

چکیده

مشخصات مقاله

کلیدواژه‌ها:

نشخوار فکری،

سرسختی روان‌شناختی،

خطرپذیری

زمینه و هدف: با توجه به اینکه انجام رفتارهای پرخطر باعث ایجاد آسیب‌های جدی به فرد و جامعه می‌شود، شناسایی این گونه رفتارها و عوامل مؤثر بر آنها از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است. در همین راستا در سال‌های اخیر بررسی الگوهای تفکر در ایجاد و تداوم این رفتار مورد توجه روان‌شناسان و متخصصان قرار گرفته است. بدین ترتیب مطالعه حاضر با هدف نقش نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی در پیش‌بینی خطرپذیری نوجوانان انجام شد.

روش: پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه اول شهر سرایان در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بودند که ۲۰۵ نفر از آنها به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه مورد مطالعه، انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌های لازم در این پژوهش از پرسش‌نامه نشخوار فکری نالن-هو کسما و مارو (۱۹۹۱)، مقیاس سرسختی روان‌شناختی کیامرئی و همکاران (۱۳۷۷) و پرسش‌نامه رفتارهای پرخطر زاده‌محمدی و همکاران (۱۳۹۰) استفاده شد. تحلیل داده نیز با استفاده از روش‌های آماری میانگین، انحراف استاندارد، ضریب همبستگی پیرسون، و رگرسیون چندگانه به شیوه هم‌زمان انجام شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین نشخوار فکری با خطرپذیری، رابطه مثبت و معنادار ($P < 0/001$)؛ اما بین سرسختی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن با خطرپذیری، رابطه منفی و معنادار وجود دارد ($P < 0/001$). همچنین نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی توانستند در مجموع ۲۶/۶ درصد ($P < 0/001$) از واریانس خطرپذیری نوجوانان را تبیین کنند.

نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج این پژوهش می‌توان نتیجه‌گیری کرد که با اصلاح تفسیرهای ذهنی و بهبود شاخص‌های روان‌شناختی مانند تاب‌آوری، می‌توان میزان خطرپذیری رفتارهای نوجوانان را کاهش داد.

دریافت شده: ۹۸/۱۲/۲۹

پذیرفته شده: ۹۹/۰۳/۳۱

منتشر شده: ۹۹/۰۶/۱۹

* نویسنده مسئول: اعظم رهبریان، دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

رایانامه: Aezamrahbarian@gmail.com

تلفن: ۰۳۸-۳۳۳۶۱۰۰۰

مقدمه

طبق تعریف سازمان جهانی سلامت^۱ دوره نوجوانی از ۱۰ سالگی که متوسط سن بلوغ جسمی و جنسی دختران و پسران است تا ۲۰ سالگی که سن متوسط دست‌یابی به استقلال، خودکفایی و شکل‌گیری هویت فرد است، در نظر گرفته می‌شود (۱). از آنجایی که برای نوجوان، یک الگوی دقیق، روشن و همه‌جانبه برای رفتار مناسب تعریف نشده است، او به واری‌های رفتاری، آزمایش نقش‌ها، ابراز تمایز از بزرگسالان، و در برخی موارد به نادیده گرفتن قواعد دست می‌زند (۲). از طرفی، نوجوانان به کشف موقعیت‌های مخاطره‌آمیز تمایل دارند و این موضوع، ریسک و احتمال نداشتن زندگی طولانی و حتی مرگ را در آنها بالا برده است (۳)؛ بنابراین دوره نوجوانی در بیشتر موارد با خطرپذیری هم‌معنا گرفته می‌شود. خطرپذیری یا رفتارهای پرخطر^۲، مجموعه‌ای از رفتارها را شامل می‌شود که نه تنها برای فرد انجام دهنده این رفتارها و افراد مهم زندگی وی زیان‌های جدی به بار می‌آورد، بلکه صدمه غیرعمدی به افراد دیگر نیز وارد می‌شود (۴). رفتارهای پرخطر به رفتارهایی مانند سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر و الکل، رانندگی خطرناک، و فعالیت جنسی زودهنگام گفته می‌شود که احتمال نتایج منفی و مخرب جسمی، روان‌شناختی، و اجتماعی را برای فرد افزایش می‌دهد (۵). پژوهش‌های انجام شده در ایران نیز بیانگر شیوع رفتارهای پرخطر مانند مصرف سیگار، قلیان، الکل، و مواد مخدر در بین نوجوانان ۱۸-۱۴ سال است (۶).

امروزه علل مختلفی برای گرایش به رفتارهای پرخطر گزارش شده است؛ این علل می‌توانند ناشی از روابط خانوادگی و روش‌های والدگری والدین شامل بی‌ثباتی رفتار والدین، فقدان حمایت روانی و عدم توجه از جانب والدین، تجارب یادگیری معیوب در زمینه سازش با قوانین و مقررات و ارزش‌های اخلاقی، و عوامل شناختی و روان‌شناختی از جمله هوش کمتر از متوسط باشند (۷)؛ اما همچنان شناسایی رفتارهای پرخطر و عوامل مؤثر بر آنها و همچنین عواملی که می‌توانند در کوتاه‌مدت یا بلندمدت باعث کاهش آنها شوند، کمک زیادی به جامعه می‌کند (۸). در همین راستا در سال‌های اخیر بررسی الگوهای تفکر در اختلالات

هیجانی و بررسی افکار ناخواسته و نقش آن در دوام اختلالات هیجانی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است (۹)، یکی از عوامل شناختی که در پژوهش حاضر به آن پرداخته می‌شود، نشخوار فکری^۳ است. نشخوار فکری، مجموعه افکار منفعلانه‌ای هستند که جنبه تکراری دارند، بر علل و نتایج علائم متمرکزند، و مانع حل مسئله سازش یافته شده و به افزایش افکار منفی می‌انجامد (۱۰). نشخوار فکری یک روش تنظیم شناختی هیجانی نابهنجار است که افراد در پاسخ به تجربه یک خلق منفی از خود نشان می‌دهند (۱۱). پژوهش‌ها از تأثیر نشخوار فکری به عنوان پیش‌بینی کننده شروع اختلالات سوء مصرف مواد و شدت گرفتن علائم این اختلال (۱۲)، ارتباط سبک پاسخ نشخواری با ابتلای به مشکلات روانی و روی‌آوری به اعتیاد (۱۳)، رابطه مثبت معنادار بین نشخوار فکری و رفتارهای خود آسیب‌رسان (۱۴)، نقش اضطراب، غفلت، مشکلات در روابط با همسالان، قلدری و نشخوار فکری بر اعتیاد پذیری (۱۵)، رابطه انواع نشخوار با مصرف مواد در سنین نوجوانی (۱۶)، و همچنین نقش نشخوار به عنوان یک پیش‌بینی کننده مهم نوشیدن و میزان مصرف الکل در مبتلایان به الکل (۱۷)، حکایت دارند.

یکی از ویژگی‌های شخصیتی که در رابطه با رفتارهای پرخطر کمتر مورد توجه قرار گرفته، سرسختی روان‌شناختی^۴ است. سرسختی روان‌شناختی، ویژگی شخصیتی است که فرد واجد آن، قادر به حل کارآمد مشکلات و تنیدگی‌های بین‌فردی بوده و در رویارویی با حوادث از آن به عنوان منبع مقاومت و همانند سپری محافظ استفاده می‌کند (۱۸). سرسختی روان‌شناختی دارای سه مؤلفه اساسی شامل مهارگری^۵ (قابلیت مهار موقعیت‌های متنوع زندگی)، تعهد (تمایل به درگیر شدن برخلاف دور شدن از انجام دادن کاری) و کشاکش‌گری (قابلیت درک اینکه تغییرات در زندگی به عنوان یک موضوع طبیعی) است (۱۹). افراد سرسخت، حوادث زندگی را به طور قابل درک و همراه با تنوع و گوناگونی در نظر می‌گیرند. در مقابل، افرادی که سرسختی پایینی دارند، نسبت به حوادث دچار احساس بیگانگی، ناتوانی، و تهدید می‌شوند و مهارگری کمتری روی آنها دارند (۲۰). وجود سرسختی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن، شخص را به استفاده از راهکارهای کنار آمدن^۶ مناسب

4. Psychological hardiness

5. Control

6. Coping

1. World health organization

2. High-risk behaviors

3. Rumination

نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی می‌تواند خطرپذیری نوجوانان را پیش‌بینی کند.

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان: پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان پسر متوسطه شهر سرایان در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بودند (۴۵۰ نفر) که بر اساس جدول جسی و مورگان تعداد ۲۰۵ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس از پایه‌های مختلف تحصیلی و موقعیت‌های جغرافیایی متفاوت، انتخاب شدند. بدین ترتیب از بین مدارس شهر سرایان، چهار آموزشگاه دوره اول از چهار موقعیت جغرافیایی به صورت در دسترس انتخاب شدند و افراد نمونه بر حسب شرایط ورود و خروج از مطالعه به صورت در دسترس مورد مطالعه قرار گرفتند. ملاک‌های ورود شامل حضور در دوره اول متوسطه، همکاری و رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، و داشتن سلامت روانی بر اساس پرونده مشاوره‌ای موجود در مدرسه بود. همچنین ملاک‌های خروج افراد نمونه در این مطالعه شامل عدم همکاری کامل و وجود پرسشنامه‌های مخدوش و ناقص بود. لازم به ذکر است که از میان افراد نمونه حاضر در پژوهش، ۸۲ نفر در پایه هفتم (۴۰ درصد)، ۷۰ نفر در پایه هشتم (۳۴ درصد)، و ۵۳ نفر در پایه نهم (۲۶ درصد) بودند.

ب) ابزار

۱. **مقیاس نشخوار فکری^۱:** این مقیاس توسط نولن- هوکسما و مترو در سال ۱۹۹۱ تدوین شده است که دارای ۲۲ گویه است. گویه‌های این مقیاس بر اساس طیف لیکرت چهار گزینه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۴) نمره‌گذاری می‌شوند، در نتیجه دامنه نمرات بین ۲۲ تا ۸۸ هست و نمرات بالاتر، نشان‌دهنده نشخوار فکری بالاتر است و بالعکس (۲۶). نولن-هاکسما و مارو، روایی محتوایی این مقیاس را مطلوب ارزیابی کردند و پایایی آن را به شیوه بازآزمایی از ۰/۴۸ تا ۰/۸۲ گزارش کردند. همچنین ضریب اعتبار آن را به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آوردند (۲۶). در ایران نیز لطفی‌نیا و همکاران روایی این مقیاس را تأیید و ضریب پایایی آن را با اجرا بر ۵۴ نفر دانشجو با فاصله زمانی سه هفته، ۰/۸۲

که منجر به حل مسئله خواهد شد، سوق می‌دهد. این افراد با رویدادهای زندگی به جای استفاده از راهکارهای کنار آمدن و پس‌رونده مانند انکار و اجتناب، آن چنان که در سوء مصرف مواد و الکل دیده می‌شوند، به رویارویی مستقیم با آنها می‌پردازند (۲۱). در همین راستا مطالعه چوبچیان لنگرودی و زربخش نشان داد که سرسختی روان‌شناختی با گرایش به اعتیاد، رابطه معنادار دارد (۲۲). در مطالعه‌ای دیگر نشان داده شد که رابطه منفی و معناداری بین رفتارهای پرخطر و تاب‌آوری وجود دارد (۲۳).

بررسی رفتارهای پرخطر در نوجوانی از نظر پیامدهایی که برای زندگی، سلامتی، و تحول روانی و اجتماعی نوجوان به همراه دارد، دارای اهمیت است. برخی از این پیامدها عبارت‌اند از: مشکلات روان‌شناختی مانند افسردگی، مرگ زودرس، ایدز و بیماری‌های جنسی، انگیزه پایین تحصیلی و شکست تحصیلی، مشارکت در انجام جرائم گوناگون، مصرف مواد مخدر، خشونت، و رفتارهای جنسی. این رفتارهای پرخطر، عامل بسیاری از مرگ و میرهای سن نوجوانی و اوایل بزرگسالی است (۲۴). از سویی با توجه به ساختار سنی جوان کشورمان و اینکه نوجوانان آسیب‌پذیرترین قشر جامعه در برابر رفتارهای پرخطر را تشکیل می‌دهند، بدیهی است که هرگونه ضایعه و نارسایی در سلامت جسمی و روانی و در نتیجه کاهش توانایی این گروه از افراد جامعه می‌تواند به گونه‌ای غیر قابل اجتناب در پیشرفت جامعه تاثیرگذار باشد. همچنین عدم سلامت جسمی و روانی این گروه سنی از افراد جامعه ممکن است در بلندمدت بر سلامت دیگر افراد جامعه اثر منفی بگذارد (۲۵)؛ بنابراین بررسی رفتارهای پرخطر نوجوانان به منظور تدوین برنامه‌های پیشگیرانه ضروری است. در این ارتباط با توجه به اهمیت رفتارهای پرخطر در نوجوانان، بررسی عوامل مؤثر در آن، و محدود بودن مطالعات انجام شده درباره ارتباط بین نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی با رفتارهای پرخطر، خلأ پژوهشی در این حیطه در کشورمان احساس می‌شود. در نتیجه مطالعه حاضر در راستای پر کردن بخشی از این خلأ و با هدف تعیین نقش نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی در پیش‌بینی خطرپذیری نوجوانان انجام شد؛ و به دنبال پاسخ به این سؤال است که تا چه اندازه

محاسبه کرده‌اند (۲۷). در مطالعه حاضر نیز ضریب اعتبار این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۳ به دست آمد.

۲. مقیاس سرسختی روان‌شناختی^۱: این پرسشنامه توسط کیامرئی، نجاریان و مهرابی‌زاد در سال ۱۳۷۷ تدوین شده است که دارای ۲۰ گویه است و سه خرده‌مقیاس مبارزه‌جویی (گویه‌های ۱، ۲، ۶، ۸ و ۱۲)، مهارگری (گویه‌های ۳، ۴، ۵، ۷، ۹ و ۱۰) و تعهد (گویه‌های ۱۱ و ۱۳ تا ۲۰) را می‌سنجد. نمره‌گذاری گویه‌های این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت چهارگزینه‌ای شامل هرگز (نمره ۰) تا بیشتر اوقات (نمره ۳) انجام می‌شود، اما گویه‌های ۲۱، ۱۷، ۱۳، ۱۰، ۷، ۶ به صورت بالعکس نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۲۰ تا ۶۰ است و نمرات بالا، نشان‌دهنده سرسختی بالاتر است. سازندگان این ابزار، ضرایب اعتبار آن را به دو روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۷۶ محاسبه کردند. روایی این آزمون نیز به روش روایی هم‌زمان با سه ملاک مقیاس اضطراب عمومی، پرسشنامه افسردگی، و خودشکوفایی مزلو محاسبه شده و ضرایب به دست آمده به ترتیب ۰/۶۷، ۰/۶۲ و ۰/۶۲ گزارش شد (۲۸). در مطالعه حاضر ضریب اعتبار این آزمون به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد.

۳. مقیاس رفتارهای پرخطر^۲: این مقیاس توسط زادمحمدی، احدآبادی و حیدری در سال ۱۳۹۰ تدوین و هنجاریابی شده است که دارای ۳۸ گویه است. گویه‌های این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) نمره‌گذاری می‌شوند و گرایش به رفتار پرخطر را در هفت حوزه سیگار (گویه‌های ۱۵-۱۹)، مشروبات الکلی (گویه‌های ۹-۱۴)، مواد مخدر (گویه‌های ۱ تا ۸)، خشونت (گویه‌های ۲۰-۲۴)، رابطه و رفتار جنسی (گویه‌های ۲۵-۲۸)، رابطه با جنس مخالف

(گویه‌های ۲۹-۳۲)، رانندگی خطرناک (گویه‌های ۳۳-۳۸)، و یک حیطه کلی رفتار پرخطر را می‌سنجد. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۳۸ تا ۱۹۰ است و نمرات بالا، نشان‌دهنده خطرپذیری بیشتر است (۲۹). در پژوهش زاده‌محمدی و همکاران تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که این پرسش‌نامه ۶۴/۸۴ درصد واریانس خطرپذیری را تبیین می‌کند. میزان آلفای کرونباخ نیز برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای خرده‌مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۹۳ تا ۰/۷۴ به دست آمد که بیانگر ضرایب اعتبار مطلوب این پرسشنامه است (۲۹). در مطالعه حاضر نیز ضریب اعتبار به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

ج) روش اجرا: در مرحله اجرا، پژوهشگر با کسب مجوز از اداره آموزش و پرورش شهر سرایان به مدارس مورد نظر مراجعه کرد نمود و با دانش‌آموزان مدارس و والدین آنها ارتباط برقرار کرد. جهت اجرای این مطالعه از کادر اداری و آموزشی مدارس نیز مجوزهای لازم اخذ شد. قبل از توزیع پرسشنامه‌ها، دلایل انجام و هدف از انجام این پژوهش توضیح داده شد و پرسشنامه‌ها به صورت انفرادی اجرا شد. ضمناً در این پژوهش تمامی اصول اخلاقی مرتبط با قوانین انجمن روان‌شناسی آمریکا از جمله محرمانه بودن پرسشنامه‌ها، رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان در پژوهش، اختیار خروج از پژوهش و نظایر آن، رعایت شده است. جهت تحلیل داده‌ها از نسخه ۲۲ نرم‌افزار SPSS و از ضریب همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه هم‌زمان استفاده شد.

یافته‌ها

در جدول ۱، شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش مانند انحراف استاندارد، میانگین، و ضرایب همبستگی بین متغیرها، گزارش شده است.

جدول ۱: انحراف استاندارد، میانگین، و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	انحراف استاندارد	میانگین	نشخوار	مبارزه‌جویی	مهار	تعهد	سرسختی	خطرپذیری
نشخوار فکری	۴۲/۵۹	۸/۴۴	۱					
مبارزه‌جویی	۹/۱۲	۳/۱۱	-۰/۲۱۹**	۱				
مهارگری	۱۱/۲۷	۳/۵۲	-۰/۲۷۷**	-۰/۵۳۷**	۱			
تعهد	۱۷/۴۸	۴/۳۸	-۰/۳۲۰**	-۰/۲۲۹**	-۰/۳۰۷**	۱		
سرسختی	۳۷/۸۷	۷/۹۱	-۰/۳۸۳**	-۰/۶۰۶**	-۰/۵۶۲**	-۰/۶۷۳**	۱	
خطرپذیری	۶۴/۲۵	۱۲/۲۶	۰/۵۷۱**	-۰/۵۱۸**	-۰/۴۸۵**	-۰/۵۷۱**	-۰/۵۸۲**	۱

* معنی‌داری در سطح ۰/۰۵ ** معنی‌داری در سطح ۰/۰۱

1. Psychological hardiness scale

2. Risk behaviors scale

بر اساس داده‌های جدول ۱، ضریب همبستگی بین نشخوار فکری با خطرپذیری، مثبت و معنادار (۰/۵۷۱) و ضریب همبستگی بین سرسختی روان‌شناختی با خطرپذیری، منفی و معنادار (۰/۵۸۲-) است.

برای پیش‌بینی خطرپذیری نوجوانان بر اساس نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی از رگرسیون چندگانه به شیوه هم‌زمان استفاده شد که خلاصه نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲: خلاصه نتایج مدل پیش‌بینی خطرپذیری نوجوانان از روی نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی

همبستگی چندگانه (R)	واریانس تبیین شده (R ²)	تعدیل شده (R ²)	خطای استاندارد برآورد
۰/۵۱۶	۰/۲۶۶	۰/۲۴۹	۲۳/۱۱۱۴

با توجه به نتایج جدول ۲، ضریب همبستگی چندگانه متغیرهای نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی با خطرپذیری، ۰/۵۱۶ است. همچنین دو متغیر نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی در مجموع ۲۶/۶ درصد از تغییرات خطرپذیری نوجوانان را پیش‌بینی می‌کنند. در

جدول ۳، نتایج تحلیل واریانس مدل برای بررسی توانایی پیش‌بینی متغیر خطرپذیری از روی دو متغیر پیش‌بین نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی گزارش شده است.

جدول ۳: نتایج آزمون تحلیل واریانس رگرسیون چند متغیری

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
رگرسیون	۹۳۲۳/۲۵۲	۴	۲۳۳۰/۸۱۳	۴۱/۵۹۵	۰/۰۱
باقیمانده	۱۱۲۰۷/۱۶۷	۲۰۰	۵۶/۰۳۶		
کل	۲۰۵۳۰/۴۲۰	۲۰۴			

با توجه به نتایج جدول ۳، مقدار F به دست آمده برابر با ۴۱/۵۹۵ هست که در سطح ۰/۰۱ معنادار است؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که متغیرهای پیش‌بین (نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی)، توانایی

پیش‌بینی متغیر ملاک یعنی خطرپذیری را دارند. در جدول ۴، ضرایب استاندارد شده و استاندارد نشده رگرسیون گزارش شده است.

جدول ۴: ضرایب استاندارد شده و استاندارد نشده مدل پیش‌بینی خطرپذیری

	t	ضرایب استاندارد نشده		B	
		Beta	خطای استاندارد		
ثابت	۸/۸۵۱	-	۴/۴۰۵	۳۸/۹۹۱	
نشخوار فکری	۴/۶۹۱	۰/۳۲۹	۰/۱۷۰	۰/۷۹۷	
تعهد	-۶/۲۰۱	-۰/۳۷۱	۰/۱۸۷	-۱/۱۵۹	
مبارزه‌جویی	-۴/۲۲۰	-۰/۲۵۲	۰/۱۸۹	-۰/۷۹۷	
مهارگری	-۳/۲۷۱	-۰/۱۸۰	۰/۱۶۳	-۰/۵۳۲	

با توجه به نتایج جدول ۴، اثر نشخوار فکری بر خطرپذیری (۰/۳۲۹) در سطح ۰/۰۰۱ مثبت و معنادار هست و اثر مؤلفه‌های سرسختی روان‌شناختی یعنی تعهد (۰/۳۷۱-)، مبارزه‌جویی (۰/۲۵۲-) و مهارگری (۰/۱۸۰-) در سطح ۰/۰۰۱ منفی و معنادار هست؛ بنابراین نشخوار فکری به صورت مثبت، خطرپذیری را پیش‌بینی می‌کند؛ یعنی هر چقدر نوجوانان بیشتر دچار نشخوار فکری شوند، خطرپذیری بیشتری را تجربه می‌کنند. همچنین مؤلفه‌های سرسختی نیز خطرپذیری را به صورت منفی پیش‌بینی می‌کنند، یعنی هر چقدر نوجوانان سرسختی بیشتری داشته باشند، خطرپذیری کمتری دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف نقش نشخوار فکری و سرسختی روان‌شناختی در پیش‌بینی خطرپذیری نوجوانان انجام شد. نتایج نشان داد که بین نشخوار فکری با خطرپذیری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نشخوار فکری به صورت مثبت، خطرپذیری را پیش‌بینی می‌کند. از این یافته می‌توان این گونه برداشت کرد که افراد دارای نمرات بالاتر در نشخوار فکری، خطرپذیری بیشتری دارند و بالعکس. نتیجه به دست آمده با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه همسو است؛ به عنوان مثال در مطالعه نالن- هوکسما تأثیر نشخوار فکری به عنوان پیش‌بینی کننده شروع اختلالات سوء مصرف مواد و شدت گرفتن علائم این اختلال، تأیید شد (۱۲). آلبا و همکاران معتقدند افرادی که در مواجهه با مشکلات زندگی و از جمله تنیدگی از سبک پاسخ نشخواری استفاده می‌کنند، مستعد ابتلای به مشکلات روانی و روی‌آوری به اعتیاد هستند (۱۳). مطالعه خدمتی نیز نشان داد که بین نشخوار فکری و رفتارهای خودآسیب‌رسان رابطه مثبت معناداری وجود دارد و نشخوار فکری به طور مثبت و معناداری رفتارهای خودآسیب‌رسان را پیش‌بینی می‌کند (۱۴). در همین رابطه پژوهش چمنی و سجادیان (۱۵) نشان داد که اضطراب، غفلت، مشکلات در روابط با همسالان، قلدری، و نشخوار فکری بر اعتیادپذیری تأثیر معناداری دارند. همچنین در پژوهشی، ویلم و همکاران دریافتند که انواع نشخوار در مصرف مواد در سن نوجوانی نقش معناداری دارد (۱۶). بالاخره نتایج پژوهش براو و همکاران نشان داد که نشخوار، یک پیش‌بینی کننده مهم نوشیدن و میزان مصرف الکل در مبتلایان به الکل

است (۱۷). بدین ترتیب نتایج مطالعات ذکر شده در راستا و همسو با نتایج پژوهش حاضر است.

در تبیین یافته فوق می‌توان گفت که نشخوار فکری از طریق ناخوشی هیجانی، تلخی، نفرت، خصومت، خشم و ترس بر گرایش به اعتیاد دانش‌آموزان تأثیرگذار است. نشخوار فکری اثرات خلق منفی را برجسته می‌کند و در نتیجه تمرکز و عملکرد فرد مختل می‌شود (۱۱). دانش‌آموزانی که در آنها پس از وقوع اشتباه، نشخوارهای فکری نمایان می‌شود؛ آشفتگی‌های بین‌فردی وخیم‌تر بوده و بر گسترش ترکیب پیچیده‌ای از احساسات منفی نسبت به کسی که به آنها صدمه زده است، منجر می‌شود. این قبیل نشخوارهای فکری به طور پیوسته تکرار می‌شوند و احساسات منفی که همراه کننده رفتارهای پرخطر هستند را پررنگ‌تر می‌کنند. در واقع نشخوار فکری افکار منفعلانه، ناخواسته، و تکراری هستند (۱۲) که مانع حل مسئله به طور سازش‌یافته شده و به افزایش افکار منفی منتهی می‌شود که این نیز به نوبه خود بر ناکارآمدی مسائل عاطفی منجر می‌شود. نتیجه اینکه نشخوار فکری موجب می‌شود که دانش‌آموزان در بیان مسائل و عواطف خود محدود شوند و تمایل آنها به خطرپذیری و انجام رفتارهای پرخطر، افزایش یابد.

در تبیین دیگر می‌توان گفت وقتی فرد در نشخوار فکری غرق می‌شود، احساس می‌کند که دچار وضعیت غیر قابل‌مهار شده که خطرناک است؛ یعنی باورهای منفی در مورد نشخوار فکری به وجود می‌آید و منجر به افسرده شدن فرد می‌شود و این مسئله بر اختلالات هیجانی و دوام اختلالات هیجانی، اثرگذار هست (۱۱)، نشخوار فکری چنانچه گفته شد به عنوان اشتغال دائمی به یک اندیشه یا موضوع و تفکر درباره آن شناخته می‌شود که بر علل و نتایج علائم متمرکز هست و مانع حل مسئله سازش‌یافته شده و در نتیجه به افزایش افکار منفی منجر می‌شود (۱۰). این وضعیت در نهایت ممکن است به ایجاد خلق افسرده در فرد ختم شود و در نتیجه گرایش به انجام رفتارهای پرخطر در فرد افزایش می‌یابد.

دیگر یافته این پژوهش نشان داد که بین سرسختی روان‌شناختی با خطرپذیری، ارتباط منفی و معناداری وجود دارد و همچنین سرسختی روان‌شناختی و ابعاد آن (تعهد، مهارگری، و مبارزه‌جویی) به صورت منفی، خطرپذیری را پیش‌بینی می‌کنند. از این یافته می‌توان این گونه

استنباط کرد که هر چه سرسختی روان‌شناختی نوجوانان بیشتر باشد، رفتارهای پرخطر کاهش می‌یابد. همسو با یافته به دست آمده چوپچیان لنگرودی و زربخش در مطالعه خود دریافتند که سرسختی روان‌شناختی با گرایش به اعتیاد، رابطه معنادار دارد (۲۲) که با نتایج مطالعه حاضر، همخوانی دارد. همچنین نتایج پژوهش بلک و فورد-گیلب مبنی بر رابطه منفی و معناداری بین رفتارهای پرخطر و تاب‌آوری (۲۳) همسو با این پژوهش است.

در تبیین یافته فوق می‌توان گفت که وجود سرسختی روان‌شناختی، فرد را به استفاده از راهکارهای مقابله‌ای تبدیلی که منجر به حل مسئله خواهد شد، سوق می‌دهد و این افراد در برخورد با رویدادهای زندگی به جای استفاده از راهکارهای مقابله‌ای واپس‌رونده مانند انکار و اجتناب، به مواجهه مستقیم با آنها می‌پردازند (۲۱). این ویژگی در افراد نگرشی را به وجود می‌آورد که شیوه رویارویی با مسائل مختلف را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افراد با سرسختی روان‌شناختی بالا، حوادث زندگی را به طور قابل‌درک و همراه با تنوع و گوناگونی در نظر می‌گیرند. در مقابل افرادی که سرسختی روان‌شناختی پایینی دارند، نسبت به حوادث دچار احساس بیگانگی، ناتوانی و تهدید می‌شوند و توانایی مهارگری کمتری را احساس می‌کنند (۲۰). در نتیجه افراد با سرسختی روان‌شناختی بالا، کمتر به رفتارهای پرخطر روی می‌آورند.

در تبیین دیگر می‌توان گفت افرادی که از نظر ویژگی سرسختی روان‌شناختی در سطح پایینی قرار دارند معمولاً تنبل، غیرفعال، بی‌ثبات، غیرقابل‌پیش‌بین، و دم‌دمی مزاج هستند. آنها وقتی در فعالیت‌هایشان به مشکلی بر می‌خورند، خیلی زود احساس کام‌نایافتگی و شکست می‌کنند، دست از تلاش بر می‌دارند، و هیچ پافشاری و سرسختی خاصی برای رسیدن به اهداف خود انجام نمی‌دهند (۲۲). نتیجه اینکه این افراد در نهایت برای جبران شکست‌های خود به رفتارهای پرخطر روی می‌آورند.

در مجموع باید گفت نتایج این مطالعه می‌تواند در کنار یافته‌های دیگر مطالعات انجام شده به یک نظریه یا مدل تبیینی و یا درمانی مناسب برای پیشگیری و درمان رفتارهای پرخطر تبدیل شود، ولی این مطالعه با محدودیت‌هایی نیز رو به رو بوده است. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن جامعه آماری به پایه‌های خاص و خودگزارشی بودن ابزار پژوهش اشاره کرد. در نتیجه جهت تعمیم و راستی‌آزمایی نتایج این مطالعه پیشنهاد می‌شود به بررسی نقش دیگر متغیرهای روان‌شناختی که ممکن است نتایج را تحت تأثیر قرار دهند، و همچنین نقش تفاوت‌های جنسیتی، و مقایسه نتایج در سنین و پایه‌های تحصیلی مختلف در مطالعات بعدی توجه شود. بر اساس یافته‌های این پژوهش و مشخص شدن نقش سرسختی روان‌شناختی در کاهش رفتارهای پرخطر، پیشنهاد می‌شود که به آموزش مؤلفه‌های این سازه در قالب کارگاه‌ها یا دوره‌های آموزشی برای والدین یا معلمان دانش‌آموزان دوره متوسطه پرداخته شود. همچنین پیشنهاد می‌شود دوره‌های شناختی رفتاری با هدف کاهش نشخوار فکری و دیگر مؤلفه‌های ناکارآمد منفی برای نوجوانان برگزار شود.

تشکر و قدردانی: این مطالعه به صورت مستقل اجرا شده است و مجوز اجرای آن بر روی افراد نمونه از سوی اداره آموزش و پرورش شهرستان سرایان با شماره مجوز ۴۲/۵۸۱۶۴ در تاریخ ۱۳۹۹/۰۱/۲۶ صادر شد. بدین وسیله از تمامی کسانی که در اجرای این پژوهش مشارکت داشتند تشکر و قدردانی می‌کنیم.

تضاد منافع: نویسندگان اعلام می‌دارند که هیچ گونه تضاد منافی بین نویسندگان وجود ندارد.

Reference

1. Organization WH. Adolescent health and development in nursing and midwifery education. New York: World Health Organization; 2004. [Link]
2. Mousavi SV, Pasandideh Z, Poorabolghasem Hosseini S. The effectiveness of emotional intelligence training on risk taking of adolescent girls. JPEN. 2017; 4(2):1-8. [Persian]. [Link]
3. Krmar M, Greene K. Connections between violent television exposure and adolescent risk taking. Media Psychology. 2000; 2(3):195-217. [Link]
4. Campbell JA, Walker RJ, Egde LE. Associations between adverse childhood experiences, high-risk behaviors, and morbidity in adulthood. Am J Prev Med. 2016; 50(3):344-352. [Link]
5. Hertz MF, Everett Jones S, Barrios L, David-Ferdon C, Holt M. Association between bullying victimization and health risk behaviors among high school students in the united states. IJSH. 2015; 85(12):833-842. [Link]
6. Marzban A. Prevalence of high risk behaviors in high school students of Qom, 2016. JMJ. 2018; 16(3):44-51. [Persian]. [Link]
7. Prado G, Pantin H, Huang S, Cordova D, Tapia MI, Velazquez MR, et al. Effects of a family intervention in reducing HIV risk behaviors among high-risk Hispanic adolescents: A randomized controlled trial. PAM. 2012; 166(2):127-133. [Link]
8. Habibi Kaleybar R, Shaban Basim F, Samimi Z, Mollamohseni M, Azizi S. Explaining high-risk behaviors among students on the basis of religious orientation and spiritual health. Islamic Life Style. 2018; 2(4):203-209. [Persian]. [Link]
9. Rahbaran R, Karami R, Shahmohammadi M. The effectiveness of behavioral activation therapy on rhubarb and depression disorders in adolescents. Thoughts and Behavior in Clinical Psychology. 2019; 14(52):17-26. [Persian]. [Link]
10. Rod K. observing the effects of mindfulness-based meditation on anxiety and depression in chronic pain patients. Psychiatr Danub. 2015; 27(1):209-211. [Link]
11. Schut DM, Boelen PA. The relative importance of rumination, experiential avoidance and mindfulness as predictors of depressive symptoms. ACBS. 2017; 6(1):8-12. [Link]
12. Nolen-Hoeksema S, Stice E, Wade E, Bohon C. Reciprocal relations between rumination and bulimic, substance abuse, and depressive symptoms in female adolescents. Journal of abnormal psychology. 2007; 116(1):198-207. [Link]
13. Abela JR, Skitch SA, Auerbach RP, Adams P. The impact of parental borderline personality disorder on vulnerability to depression in children of affectively ill parents. J. Pers. Disord. 2005; 19(1):68-83. [Link]
14. Khedmati N. The relationship between rumination and difficulty of emotion regulation with self-harm behaviors in students. Rooyesh-e-Ravanshenasi. 2020; 8(11):19-26. [Persian]. [Link]
15. Chamani N, Sajjadian I. The causal relationship between anxiety, rumination, neglect, peer relationship and bullying with the readiness of addiction. Research on Addiction. 2019; 13(51):219-240. [Persian]. [Link]
16. Willem L, Bijttebier P, Claes L, Raes F. Rumination subtypes in relation to problematic substance use in adolescence. Pers Individ Dif. 2011; 50(5):695-699. [Link]
17. Bravo AJ, Pilatti A, Pearson MR, Mezquita L, Ibáñez MI, Ortet G. Depressive symptoms, ruminative thinking, drinking motives, and alcohol outcomes: A multiple mediation model among college students in three countries. Addictive behaviors. 2018; 76:319-327. [Link]
18. Bartone PT, Valdes JJ, Sandvik A. Psychological hardiness predicts cardiovascular health. Psychology, health & medicine. 2016; 21(6):743-749. [Link]
19. Saxena S. Relationship between psychological hardiness and mental health among college students. IJHW. 2015; 6(8):12-19. [Link]
20. Zeer EF, Yugova EA, Karpova NP, Trubetskaya OV. Psychological predictors of human hardiness formation. IJES. 2016; 11(14):7035-7044. [Link]
21. Molazadeh E, Rahim, Kafy M, Salehy E. The comparison of hardiness and coping styles with psychological stress in addicted and normal people. Research on Addiction. 2011; 5(17):41-57. [Persian]. [Link]
22. Choubchian Langarudi H, Zarbakhsh PD, M.R. The relationship between psychological hardiness, coping styles, emotion regulation, and tendency toward addiction among students. QJFR. 2018; 15(3):31-50. [Persian]. [Link]
23. Black C, Ford-Gilboe M. Adolescent mothers: resilience, family health work and health-promoting practices. JAN. 2004; 48(4):351-360. [Link]
24. Vameghi M, Sajjadi H, Ghayed Amini Harounii G, Namdari M. Predicting risk taking behavior by exposure to domestic violence among Khorram-abad

- adolescents. *Social Welfare*. 2017; 17(65):171-197. [Persian]. [\[Link\]](#)
25. Esmaielzadeh H, Asadi M, Miri N, Keramatkar M. Prevalence of high risk behaviors among high school students of Qazvin in 2012. *IJE*. 2014; 10(3):75-82. [Persian]. [\[Link\]](#)
26. Nolen-Hoeksema S, Morrow J. A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta Earthquake. *JPSP*. 1991; 61(1):115-120. [\[Link\]](#)
27. Ahmadi Bejagh S, Bakhshipour B, Faramarzi M. The effectiveness of group mindfulness –Based cognitive Therapy on obsessive-compulsive disorder, metacognition beliefs and rumination. *CPS*. 2015; 5(20):79-109. [Persian]. [\[Link\]](#)
28. Kiyamryy A, Najarian B, Mehrabizade M. Construction and validation of a measure of hardiness. *Journal of Psychology*. 2004; 1(7):271-284. [Persian]. [\[Link\]](#)
29. Zadeh Mohammadi A, Ahmadabadi Z, Heidari M. Construction and assessment of psychometric features of Iranian adolescents risk-taking scale. *IJPCP*. 2011; 17(3):218-225. [Persian]. [\[Link\]](#)